

HLS-EU-Q47（ヘルスリテラシー）

領域	健康情報 処理能力	No.	質問項目
ヘルスケア	入手	Q1	気になる病気の症状に関する情報を見つける
		Q2	気になる病気の治療に関する情報を見つける
		Q3	急病時の対処方法を知る
		Q4	病気になった時、専門家（医師・薬剤師・心理士など）に相談できるところを見つける
	理解	Q5	医師から言われたことを理解する
		Q6	薬についている説明書を理解する
		Q7	急病時に対処方法を理解する
		Q8	処方された薬の服用方法について、医師や薬剤師の指示を理解する
	評価	Q9	医師から得た情報がどのように自分に当てはまるかを判断する
		Q10	治療法が複数ある時、それぞれの長所と短所を判断する
		Q11	別の医師からのセカンド・オピニオンを得る必要があるかどうかを判断する
		Q12	メディア（テレビ・インターネット・その他のメディア）から得た病気に関する情報が信頼できるかどうかを判断する
	活用	Q13	自分の病気に関する意思決定をする際に、医師から得た情報を用いる
		Q14	薬の服用に関する指示に従う
		Q15	救急時に救急車を呼ぶ
		Q16	医師や薬剤師の指示に従う
疾病予防	入手	Q17	喫煙・運動不足・お酒の飲みすぎなど不健康な生活習慣を改善する方法に関する情報を見つける
		Q18	ストレスや抑うつなどの心の健康問題への対処方法に関する情報を見つける
		Q19	受けなくてはならない予防接種や検診（乳房・血糖・血圧）に関する情報を見つける
		Q20	太りすぎ・高血圧・高コレステロールなどの予防法や対処法に関する情報を見つける
	理解	Q21	喫煙・運動不足・お酒の飲みすぎなどの生活習慣が健康に悪いと理解する
		Q22	予防接種が必要な理由を理解する
		Q23	検診（乳房・血糖・血圧）が必要な理由を理解する
	評価	Q24	喫煙・運動不足・お酒の飲みすぎは健康に悪いと言われているが、その信頼性を判断する
		Q25	検査のために、いつ受診すべきかを判断する
		Q26	どの予防接種が必要かを判断する

ヘルスプロモーション		Q27	必要な検診（乳房・血糖・血圧）の種類を判断する
		Q28	メディア（テレビ・インターネット・その他のメディア）から得た健康リスク（危険性）の情報が信頼できるかどうか判断する
	活用	Q29	インフルエンザの予防接種を受けるべきかどうかを決める
		Q30	家族や友人のアドバイスをもとに、病気から身を守る方法を決める
		Q31	メディア（新聞・ちらし・インターネット・その他のメディア）から得た情報をもとに、病気から身を守る方法を決める
	入手	Q32	運動・健康食品・栄養などの健康的な活動に関する情報を見つける
		Q33	心を豊かにする活動（瞑想・座禅・ヨガ、運動・ウォーキング・ピラティスなど）について知る
		Q34	より健康的な近隣環境にする方法（騒音や汚染を減らす、緑地やレジャー施設をつくるなど）に関する情報を見つける
		Q35	健康に影響を与える可能性がある政策の変化（法律制定・新しい検診・政権交代・医療改革など）について知る
		Q36	職場の健康増進のための取り組みについて知る
	理解	Q37	健康に関する家族や友人のアドバイスを理解する
		Q38	食品パッケージに書かれている情報を理解する
		Q39	健康になるためのメディア（インターネット・新聞・雑誌）情報を理解する
		Q40	心の健康を維持する方法に関する情報を理解する
	評価	Q41	住んでいる場所（地域・近隣）がどのように健康と充実感に影響を与えているかを判断する
		Q42	住宅環境が健康維持にどのように役立つかを判断する
		Q43	どの生活習慣（飲酒・食生活・運動など）が自分の健康に関係しているかを判断する
	活用	Q44	健康改善のための意思決定をする
		Q45	参加したいときに、スポーツクラブや運動の教室に参加する
		Q46	健康と充実感に影響を与えている生活環境（飲酒・食生活・運動など）を変える
		Q47	健康と充実感を向上させる地域活動に参加する